

## La musique au service de

En s'appuyant sur différents supports musicaux, apprendre à utiliser la musique pour conduire des échauffements et pour créer des chorégraphies

### OBJECTIFS

- Conduire et animer une séance en musique
- S'approprier des exercices sur différents thèmes musicaux
- Décrypter une musique et construire une chorégraphie

### CONTENUS

- Conscientisation du niveau de pratique sur la musique : expression corporelle, marche sur différents tempos
- Faire des annonces, compter et décompter face au miroir, lancement des exercices
- Step touch, double step touch, squats, postures sur une phrase musicale et sur différents temps
- Connaissance des différents styles de musique : apprendre un enchaînement sur une musique
- Proposer une grille de notation des différentes énergies musicales, noter les exercices expérimentés et régulés

### METHODE UTILISEE

- Méthodes pédagogiques :
  - > Formation en présentiel
  - > Apports théoriques
- Moyens techniques :
  - > Echanges avec les participants
  - > Cas pratiques
  - > Bibliothèque de musiques
- Modalités d'évaluation :
  - > Production de documents écrits
  - > Conception et animation de séance d'apprentissage sur un thème donné

### FORMATEUR

- Evelyne FRUGIER, cadre technique fédéral gym+

### PUBLIC

Toute personne devant animer un cours gym+.

### PARTICIPANTS

4 stagiaires minimum  
16 stagiaires maximum

*L'Académie France Gymnastique se réserve le droit d'annuler ou de reporter la formation en fonction du nombre d'inscrits*

### PREREQUIS/CONDITIONS D'ENTREE

Licencié FFGym 2024.  
Titulaire du Coach gym+ ou en cours de formation Coach gym+.

### INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

Formation organisée par l'Académie France Gymnastique

- Lieu : La Suze sur Sarthe (72)
- Dates : samedi 27 avril 2024
- Durée : 7 heures (de 9h30 à 13h et de 14h à 17h30)
- Coût : 210 €

*Les frais pédagogiques et annexes sont à la charge de la structure/du participant.*

*Les formations proposées par l'Académie France Gymnastique sont éligibles aux financements des OPCO pour les salariés.*

Responsable de la formation :  
**Evelyne FRUGIER** ([evelyne.frugier@ffgym.fr](mailto:evelyne.frugier@ffgym.fr))

Contact : [formation@ffgym.fr](mailto:formation@ffgym.fr)

Inscription jusqu'au 6 avril 2024 sur  
Formagym via votre [espace licencié FFGym](#)

*Programme sous réserve de modification*